



10. Deisterberglauf

Barsinghausen / 15.09.2013

□□□□

Szech, Tanya

□□: Wennigsen

□□: 517

□□: 20.80 km

Halbmarathon

□□□□:

Seniorinnen W40 (40-44 Jahre)

□□□: 1:43:48

□□: 11.56 km/h

□□□□: 4:59 min/km

□□□□□/□□□: 25 (of 110)

□□□□□/□: 4 (of 18)

□□□□□□: 1:37:09

□□□□□: 2(of 5)

□□□□□□□: 1:43:35

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.30	17:02	5:09	3	1:58	6	2:41	3.30	17:02	5:09	1	-	17	
□□ 2	1.70	9:23	5:31	2	0:26	4	1:09	5.00	26:25	5:16	1	-	17	
□□ 3	2.10	8:04	3:50	2	0:03	3	0:26	7.10	34:29	4:51	1	-	16	
□□ 4	4.95	26:34	5:22	2	1:33	4	3:17	12.05	1:01:03	5:03	5		18	
□□ 5	3.65	17:22	4:45	2	0:41	4	1:49	15.70	1:18:25	4:59	1	-	16	
□□ 6	1.40	5:58	4:15	2	0:01	5	2:39	17.10	1:24:23	4:56	1	-	17	
□□□ □□	3.70	19:25	5:14	1	-	1	-	20.80	1:43:48	4:59	2	0:13	4	6:39